ROK II.
Nr.
14.
DWUTYGODNIK ILUSTROWANY



START

POŚWIĘCONY WYCH: FIZ: KOB: SPORTOM HYGIENIE



ALINA HULANICKA
zwyciężyła w pięcioboju o mistrzostwo Warszawy.

Drugi zeszyt lipcowy.

Cena egz. 50 groszy.



Angielki na konkursie elegancji samochodów.

NASZE OLIMPIJKI

W programie tegorocznych igrzysk olimpijskich w Amsterdamie udział pań ograniczony został do następujących turniejów sportowych: szermierki, pływania, gimnastyki i lekkiej-atletyki. Nowością jest udział kobiet w zawodach lekko-atletycznych, po raz pierwszy wprowadzony do programu igrzysk. Natomiast wskutek wyeliminowania z programu amsterdamskiego turnieju tennisowego (nieporozumienia zasadnicze miały miejsce pomiędzy Międzynarodowym Komitetem Olimpijskim a Międzynarodowym Związkiem Lawn-Tennisowym) udział pań w igrzyskach nadchodzących w porównaniu z poprzedniemi zmniejszony został z konieczności o jedną konkurencję.

W Polsce nasze zawodniczki startujące w wymienionych czterech konkurencjach olimpijskich, pracowały usilnie z myślą o wyjeździe do Amsterdamu i reprezentowaniu tam barw polskich. Niestety jednak, poziom zarówno naszej szermierki jak i pływania kobiecego zgóry przekreślał wszelkie możliwości w tym kierunku. To też w szermierce nawet nie próbowano zorganizować specjalnej przedolimpijskiej pracy przygotowawczej. W pływaniu natomiast odbyły się wprawdzie kursy olimpijskie, a w najważniejszych ośrodkach pływactwa energiczna praca wre do dziś pod kierunkiem fachowych trenerów niemieckich, pomimo to jednak uzyskane wyniki nie dają zawodniczkom naszym odpowiednich szans w olimpijskim turnieju pływackim. Możemy się jednak pocieszyć tem, że przygotowawcza praca przedolimpijska acz nie dała podstaw do wyłonienia reprezentacji olimpijskiej, to jednak przyniosła znaczne polepszenie dotychczasowych rekordów, stwarzając pomyślne dla nas perspektywy w pływackich mistrzostwach słowiańskich, jakie odbędą się w Czechach w lipcu b. r.

Nasze nadzieje olimpijskie — jeżeli chodzi o sport kobiecy — skupiały się w dziedzinie lekkoatletyki i gimnastyki. Najlepszy w Polsce zastęp gimnastyczny, V Gniazdo Sokole „Grażyna“ w Warszawie, prowadzonych niezwykle sprężyście od paru lat, wydawał się jedynym, mogącym osiągnąć sukces w Amsterdamie. Zorganizowane przed dwoma miesiącami zawody olimpijskie wykazały dobry poziom techniczny Grażyny i zadecydowały ostatecznie o wyjeździe zastępu gimnastycznego Grażynianek na igrzyska. Niestety, nieznane nam dotychczas przyczyny zadecydowały o niewysyłaniu zespołu gimnastycznego, czego — zdaniem naszem — należy żałować.

Pozostała więc jedynie lekka-atletyka. Przygotowanie w tej dziedzinie prowadzono stosunkowo najbardziej intensywnie. Polski Związek Lekko-Atletyczny zorganizował szereg kursów przedolimpijskich, na których lekko-atletki prowadziły systematyczną pracę. Praca ta wydała nadspodziewanie dobre rezultaty. Dość powiedzieć, że w biegu na 100 mtr. rekord Polski obniżony został przez Breuerównę z 13,2 sek na równe 13 sek., zaś w biegu na 800 mtr. z 2 min. 34,2 sek. na 2 min. 30 sek. przez Tabacką, przyczem do nowoustanowionego rekordu bardzo blisko podeszła również Kilosówna (2 min. 30,2 sek.).

Jak wiadomo Polski Związek Lekko-Atletyczny ustanowił minimalne wyniki w poszczególnych konkurencjach, od uzyskania których zależeć miał wyjazd do Amsterdamu. Minima te osiągnęły 4 lekkoatletki, piąta podeszła do minimum bardzo blisko (Kilosówna 2 min. 30,2 sek. na 800 mtr.; minimum— 2 min. 30 sek). Możemy więc śmiało uważać wyniki pracy naszych lekko-atletek za całkowicie zadowalające.

Rekordy światowe w kobiecych konkurencjach olimpijskich za wyjątkiem dysku są wprawdzie znacznie wyższe od naszych najlepszych wyników. (rekordy światowe na 100 i 800 mtr. — 12,1“ i 2‘19“, u nas — 13“ i 2‘30“). Można jednak przypuszczać, że obie nasze biegaczki na 800 mtr. (Tabacka i Kilosówna) przy silnej konkurencji wyniki swe poprawią, co najzupełniej leży w możliwościach szczególniej Tabackiej, która na ostatniej eliminacji wpadła na taśmę w doskonałej formie. Również w setce Breuerówna może i powinna poprawić swój ostatni wynik.

Lekko-atletykę kobiecą reprezentować będą w Amsterdamie: Konopacka, Kobielska, Breuerówna, Kilosówna i Tabacka. Gwoździem i najpewniejszym atutem naszej reprezentacji jest oczywiście Halina Konopacka. Sportowe zacięcie, dobre przygotowanie i wielka ambicja naszej mistrzyni pozwolą jej zająć jeśli nie pierwsze, to w każdym razie jedno z pierwszych miejsc. Pozostałe lekko-atletki nasze mogą nam sprawić miłe niespodzianki.

O ODDYCHANIU

Jedną ze spraw wielkiej wagi w życiu organizmu wogóle, a przy uprawianiu ćwiczeń cielesnych w szczególności jest oddychanie. Dlatego też badacze specjaliści poświęcają wiele uwagi rozmaitym sposobom oddychania. Zacytowane niżej opinje kilku powag świata naukowego niewątpliwie zainteresują nasze czytelniczki.

Dr. Karol Schütz („Gymnastik im täglichen Leben" Wiedeń 1924) pisze w tej sprawie, co następuje:

„O działalności mięśni przy oddychaniu panuje niesłusznie mniemanie, że chodzi tu głównie o rozszerzenie i uwypuklenie górnej części klatki piersowej, w rzeczywistości bowiem najważniejszem naszym mięśniem oddechowym jest przepona, która odgranicza klatkę piersiową od jamy brzusznej. Przy wdechu przepona opuszcza się ku dołowi i wywiera ucisk na zawartość jamy brzusznej; wówczas wnętrzności prą ku przedniej ścianie brzucha i uwypuklają ją, poczem dopiero rozszerza się dolna i w następstwie górna część klatki piersiowej. Odwrotnie, mięśnie przedniej ściany brzucha kurczą się i przepona unosi się ku górze podczas wydechu... Widzimy więc, że obok przepony mięśnie przedniej ściany brzucha są najważniejszemi mięśniami oddechowemi i że należy strzec się wszelkiego sznurowania, jeżeli chcemy oddychać prawidłowo. Dlatego pasy, któremi ściągają brzuch kobiety są równie szkodliwe, jak u mężczyzn rodzaj ubrania, który ściąga w pasie. Fakt, że wiele kobiet oddycha przedewszystkiem klatką piersiową, przypisać należy w znacznej części temu, że nonsensowy sposób ubierania się przeszkadza lub w ciągu lat przeszkadzał im oddychać brzuchem i bokami. Kobiety dorosłe można bardzo łatwo nawrócić do oddychania prawidłowego, którego doskonale nauczyć nas może każdy noworodek. Ponieważ jednak niezawsze mamy taki okaz pod ręką, polecam dla narczenia się oddychania brzuchem ćwiczenie następujące:

„Siedząc pochylamy się naprzód, trzymając dla kontroli rękę na brzuchu i robimy gruntowny wydech; następnie, pozostając w pochyleniu, szybko wciągamy powietrze i znowu z głębokiem westchnieniem je wydychamy. Przy wdechu staramy się uwypuklić brzuch, przy wydechu brzuch skurczyć. Nie przestawia to zazwyczaj żadnych trudności

W ten sposób uczymy się prawidłowego oddychania brzusznego, do którego należy się przyzwyczajać. Prawidłowe oddychanie wywiera korzystny wpływ na wątrobę i kiszki".

Tyle dr. Schütz. Posłuchajmy teraz wywodów dra med. i fil. Elżbiety Hörnicke, która ogłosiła w czasopiśmie lekarskiem „Münchner Medizinische Wochenschrift" (Nr. 5, 1926) rezultat swych gruntownych badań na temat **„Wpływu typu oddychania na organizm kobiety"** („Der Einflus des Atemtypus auf den Organismus der Frau").

Pani Hörnicke dowodzi, że wbrew utartemu twierdzeniu, nie organizm kobiecy jest predestynowany do takiego, a nie innego typu oddychania, lecz odwrotnie, pewne właściwości, uznane za typowe kobiece, powstają pod wpływem i w absolutnej zależności od sposobu oddychania. Pisze ona:

„Zajmując się kwestją kobiecego sposobu oddychania winniśmy zdawać sobie sprawę, że nie chodzi tu o jakieś zagadnienie specjalne fizjlologji i higjeny kobiety, lecz że jest to kwestja sprawności kobiety w najszerszem znaczeniu tego wyrazu. Chodzi tu o zdrowie społeczeństwa i siłę społeczeństwa".

„...Siła i własności mięśni oddechowych nie mogą decydować o tem, jaki typ oddychania jest w danym wypadku właściwy, gdyż mięśnie te rozwijają się w zależności od typu oddychania. Wpływ, jaki może mieć okres ciąży, nie ma wielkiego znaczenia, gdyż zmiana występująca w tak nieznacznym ułamku życia, nie może decydować na stałe o typie oddychania. Niemniej jednak interesującem jest skonstatowanie, jaki wpływ wywrzeć może ciąża na oddychanie kobiety. Ażeby otrzymać odpowiedź na to pytanie, badałam ruchy przepony u 20 przyszłych matek w ciągu ostatnich 8 tygodni przed rozwiązaniem. Wprawdzie w niektórych wypadkach powstawała przy chodzie lekka dyspnoe, jednak naogół ruchy przepony były przy głębokiem oddychaniu bardzo dobre i przeszły wartością te ruchy, które zwykliśmy konstatować u kobiet w ciąży. Również zdolność żywotna uważana być musiała za normalną, nie zaś za zmniejszoną. Dobry ten stan tłomaczy się tem, że kobiety te były zdrowe i od lat młodych pracowały fizycznie.

Chcąc badać oddychanie kobiety, musimy zacząć od oddychania dzieci. Badacze francuscy mniemali, że znajdują kobiecy typ oddychania już u małych dziewczynek, natomiast Deppe dowiódł, po zbadaniu 2.078 chłopców i dziewcząt, że jakiś zdecydowany typ oddychania u dzieci tych nie istniał wogóle. Stwierdził bowiem zarówno u chłopców, jak i u dziewcząt, zarówno jeden, jak i drugi typ oddychania.

U dziecka zdecydowany typ oddychania nie istnieje wogóle, gdyż dziecko z jego elastyczną budową oddycha rozmaicie, zależnie od położenia, w jakiem się znajduje, i zajęcia, jakiemu się oddaje. Również u dojrzewającej młodzieży oddychanie nie jest jeszcze zróżniczkowane. W tym okresie typ oddychania zależy w zupełności od trybu życia. Jeżeli więc weźmiemy chłopców nawykłych do siedzenia, oraz młode zdrowe dziewczęta ze wsi, to nie u dziewcząt znajdziemy kobiecy typ oddychania, lecz u chłopców. Jeżeli mamy przed sobą młodzież płci obojej, prowadzącą jednakowy tryb życia, to różnice w oddychaniu zacierają się. Natomiast u kobiet dorosłych często jeszcze stwierdzić można kobiecy typ oddychania.

Czem się to tłomaczy? Jeżeli mamy tu do czynienia z dwoma czynnikami, które cechują kobiecy typ oddychania, mianowicie występujące oddychanie górne oraz słaba rozpiętość oddechu wogóle, to mamy też do czynienia z dwiema przyczynami tych oznak. Jedna tkwi w ubraniu, tamującem oddech, druga w trybie życia, nie wymagającym głębokiego oddychania i nie dopuszczającym do ćwiczenia oddechu.

Wszelkie części ubrania, które choćby w małym stopniu krępują dolną część tułowia, przez najsłabszy bodaj ucisk, powodują refleks uszczuplony ruch oddechowy okolic, na które ucisk wywierają. Zgodnie z zasadą ekonomji sił rozpiętość oddechu jest odwrotnie proporcjonalna do wywieranego nań oporu. Jeżeli nawet uciskanie wywołuje zrazu uciskanie odwrotne, to jednak siła ta wkrótce słabnie. Pod tym względem szkodę wyrządza nietylko gorset, dziś już po części zarzucony, lecz również wszystkie części ubrania, które są ściągane lub zapinane wokół dolnej części tułowia. Są one, być może jeszcze szkodliwsze od gorsetu, gdyż trzymają się tylko wówczas, gdy są mocno ściągnięte.

Robiłam doświadczenia, dotyczące wpływu takiego ubrania na oddychanie. Nakładając komuś ciasny pasek w pasie, można rozpoznać na pneumogramie, że zachodzi zmiana w oddychaniu. Oddychanie brzuszne zmniejsza się lub ustaje zupełnie; oddychanie górne się wzmaga; częstość oddychania wzrasta.

Kirchenberg nakładał mężczyznom, oddychającym normalnie, gorset, i kazał go nosić kilka dni. Skutek był ten, że u mężczyzn tych wytwarzał się typowo kobiecy mechanizm oddychania, który trwał jeszcze kilka dni po zaprzestaniu noszenia gorsetu.

...Badając młode dziewczęta, które od lat zajmują się już sportem, często stwierdzałam słabo rozwinięty oddech. dziewczęta same mówiły, iż często przerywać muszą ćwiczenia, gdyż brak im oddechu. Badanie wykazywało, że zdolność oddychania zmniejszała się u nich o $^2/_3$ w stosunku do oddychania przed wysiłkiem. Natomiast sportswomen, oddychające prawidłowo, wykazywały po takim samym wysiłku zdolność oddychania, która w wielu wypadkach nie ustępowała w niczem zdolności, jaką wykazywały przed wysiłkiem.

...Jaki wpływ wywiera praca fizyczna przy ograniczeniu oddechu, dowodzą próby, czynione przeze mnie z uczennicami szkoły ogrodniczej podczas ciężkiej pracy około uprawy ziemi. Wybrałam do tego eksperymentu dziewczęta, które oddawna już nie nosiły ubrania uciskającego i miały równy oddech. Po wykonaniu przez nie pewnej powierzonej im pracy, badane zostały częstość oddechu, puls i ciśnienie krwi. Te same badania zostały przeprowadzone po wykonaniu takiej samej pracy, lecz po nałożeniu pasków. Paski zostały nałożone w ten sposób, że w stanie spokoju ucisk nie dawał się uczuwać. Badania wykazały. że zarówno częstość oddychania, jak ilość uderzeń pulsu i ciśnienie krwi po drugiem doświadczeniu wzrosły. Przeciętnie otrzymano cyfry następujące:

Przeciętna	po pracy bez paska	po pracy wykonanej po nałożeniu paska
Częstość oddychania	22	28
Puls	83	112
Ciśnienie krwi	102	117

A zatem stwierdzone zostały ujemne warunki pracy przez ograniczenie zdolności oddychania. Podobne doświadczenia czynione były z wchodzeniem na schody i z zajęciami gospodarskiemi, i dały ten sam rezultat. Fakty te dowodzą, jak wielkie znaczenie ma stałe ograniczenie oddechu dla zużywania się organizmu".

W zakończeniu pozwolę sobie zacytować jeszcze opinję znakomitego amerykańskiego reformatora oddychania, Leo Koflera. Jak on sam twierdzi, dzieło jego to nie żaden nowy wynalazek, lecz powrót do działalności przyrodzonej aparatu oddechowego, — do uruchomienia przy oddychaniu tych mięśni, które „z natury są do tego przeznaczone". Po scharakteryzowaniu głębokiego oddychania (w podobny sposób jak to czyni zacytowany wyżej dr. Schütz), Leo Kofler pisze („Richtig atmen" Lipsk 1912): „To jest właśnie naturalny i dlatego jedynie prawidłowy i zdrowy sposób oddychania, gdyż w ten sposób całe płuca napełniają się powietrzem i przez to utrzymują w zdrowiu. Jest to oddychanie właściwe naturze zarówno mężczyzn jak i kobiet. Wprawdzie często słyszy się zdanie, że kobietom właściwe jest jedynie oddychanie górne, t. j. obojczykowe, lecz jest ono właściwe jedynie kobietom, mającym szkodliwy zwyczaj noszenia zasznurowanych gorsetów lub ciasnych sukien, nie jest to jednak ani naturalne, ani zdrowe. Istnieje tylko jeden prawidłowy sposób oddychania dla płci obojej, a tym jest oddychanie całym aparatem oddychania".

E. Dziewulska.

JAK ZORGANIZOWAĆ WYCIECZKĘ

Mamy już wakacje, a z niemi wyjazd na dłuższy lub krótszy przeciąg czasu dla zaczerpnięcia świeżego powietrza i odpoczynku po całorocznej pracy. Nie każdy jednak lubi i może (ze względów finansowych) spędzić wakacje w jednej miejscowości, czy to wsi, czy zdrojowisku. Wiele osób za najprzyjemniejsze wyobraża sobie częściowo piesze, a częściowo kołowe zwiedzenie kolejno kilku, lub kilkunastu miejscowości, zatrzymując się w nich tylko po kilka godzin, lub jeden dzień najwyżej. Urozmaica to czas i daje w sumie ogromną ilość różnorodnych wrażeń.

Czem jest dla zdrowia takie wycieczkowanie opisywać chyba nie potrzeba. Z jednej strony oswajanie przez cały dzień organizmu ze świeżem powietrzem, bez względu na jego temperaturę (z wyjątkiem pory deszczowej) hartuje nas, a po drugie umiarkowany, dostosowany do sił uczestniczek marsz parogodzinny daje mięśniom to co gimnastyka. Nawet pokonywanie wzniesień w miejscowościach górzystych jest wentylatorem dla płuc. Trzeba tylko ilość projektowanych do przebycia kilometrów stosować uważnie do sił swoich i nie doprowadzać organizmu pod wieczór do całkowitego wyczerpania. Ale za to jak smakuje jedzenie prowizorycznie przyrządzane samemu w czasie takiego marszu, lub spożywane w restauracjach i schroniskach po drodze. A sen po takim dniu? Nigdy się chyba nie



Gorgany, Wysoka (1815 m).

śpi lepiej i nie ma piękniejszych marzeń jak w czasie kilkodniowej, lub dłuższej wycieczki. Kładzie się człowiek spać o zachodzie słońca, budzi się prawie z niem razem rzeźki i wypoczęty. Trzeba tylko uważać przy układaniu programu wycieczki, aby noclegi wypadały w oznaczonych na mapie schroniskach, lub miastach z hotelami.

Zagranicą ten sposób spędzania letnich ferji jest ogromnie rozpowszechniony, szczególnie u naszych najbliższych sąsiadów Czechów i Niemców. Spotkać tam można gromadki młodzieży płci mieszanej, lub samych pań (nie mówiąc już o czysto męskich) z plecakami naładowanemi najniezbędniejszemi przedmiotami codziennego użytku, kijami w ręku, w luźnem wygodnem ubraniu skautowskiem, lub turystycznem, wędrujące po górach lub ciekawszych okolicach od wsi do wsi i od miasta do miasta

Ogromnem ułatwieniem przy przedsiębraniu wycieczek jest rozgałęziona dziś w Polsce sieć autobusów, wzrastająca z roku na rok literatura turystyczna oraz mapy. Poza tem mamy dwa doskonale prosperujące towrzystwa turystyczne z biurami informacyjnemi, a mianowicie Polskie Towarzystwo Krajoznawcze w Warszawie (ul. Karowa 31) z oddziałami w Bydgoszczy, Grudziądzu, Kaliszu, Kartuzach, Kielcach, Kobryniu, Krakowie, Kutnie, Lublinie, Lwowie, Łęczycy, Łomży, Łodzi, Nowogrodzie Łomżyńskim, Olkuszu, Ostrowcu, Piotrkowie, Poznaniu, Pińsku, Radomiu, Sandomierzu, Toruniu, Warszawie, Wilnie, Zakopanem i Polskie Towarzystwo Tatrzańskie w Krakowie (ul. Potockiego 4) z oddziałami w Zakopanem, Katowicach, Cieszynie, Bielsku, Żywcu, Stanisławowie, Lwowie, Łodzi, Wilnie, Warszawie oraz kołami w Krynicy i Białej.

Dzięki specjalnym opłatom wnoszonym na zarządzenie Ministerstwa Oświaty przez młodzież z państwowych szkół średnich (ogólnokształcących, seminarjów nauczycielskich i szkół zawodowych), oraz niektórych prywatnych, powstały w całym kraju szkolne domy wycieczkowe w budynkach szkolnych dla uczącej się młodzieży, z których może korzystać i młodzież pozaszkolna, o ile lokal jest wolny. Opłata za nocleg w takim schronisku wynosi 20 groszy od osoby na utrzymanie służby w schroniskach, a pobyt w niem nie może trwać dłużej jak 3 doby.

Przy przedsiębraniu jakiejkolwiek dalszej wycieczki (kilkodniowej) potrzebny jest po za starannem wyekwipowaniem turystycznem mocnem i wygodnem obuwiem, dokładny przewodnik po terenie, który zamierza się zwiedzić, mapa tego terenu, oraz wiadomość czy i gdzie istnieją na nim schroniska turystyczne lub domy wycieczkowe.

Dla ułatwienia podam adresy najważniejszych z nich, gdyż wobec aktualnego sezonu wycieczkowego może ta wiadomość dla wielu Czytelniczek okazać się praktyczną:

Polskie Towarzystwo Krajoznawcze utrzymuje domy wycieczkowe w Grudziądzu (ul. Słowackiego 2, 30 osób), Kielcach (ul. Leonarda 14, 30 osób), Krakowie (ul. Grodzka 64, 50 osób), Ojcowie („Willa Pod Kometą", 30 osób), Pucku (dom własny koło dworca, 50 osób), Sandomierzu (dom własny, 30 osób), nad Świtezią (dom własny, 30 osób), Warszawie (ul. Karowa 31, 20 osób), Wilnie (ul. św. Anny 8, 30 osób).

Nadto różne instytucje utrzymują schroniska w Inowrocławiu (na 40 osób Magistrat, za poprzedniem porozumieniem się), w Krzemieńcu (na 50 osób, w Liceum i tamże należy się zgłaszać), w Sromowcach Wyżnych w Pieninach (na 50 osób w Dworku Cisowym), w Warszawie przy ul. Drewnianej 8 w Szkole Powszechnej nr. 34 (na 25 osób) i nr. 123 ul. Solec 22 (na 40 osób), ul. Hortensja 2 w gimnazjum św. Wojciecha (na 40 osób, ale za uprzedniem porozumieniem się).

Polskie Towarzystwo Tatrzańskie i niemiecki Beskidenverein w Bielsku — gospodarze gór naszych, zbudowały i utrzymują następujące górskie schroniska: w Karpatach Wschodnich: w Ryzarni (dojazd kolejką leśną z Broszniowa, wyjście dogodne na najwyższe szczyty Gorgan), obok niego na Jalu (60 osób), narciarskie w Sławsku (na 75 osób, zbudowane przez Karpackie Towarzystwo we Lwowie), w Worochcie „Dworek Czarnohorski", na Zaroślaku pod Howerlą (na 70 osób).

W Beskidach Zachodnich: na Babiej Górze (Pol. Tow. Tatrz. (na 50 osób, oraz Beskidenvereinu na 50 osób) na Baraniej Górze (na 150 osób), na Czantorji (na 40 osób), na Klimczaku (na 70 osób), na Magórze (na 50 osób), na Magórce (na 50 osób), na Przełęczy Glinnej pod Pilskiem (na 25 osób), na Równicy (na 60 osób), w Salmopolu obok Szczyrku (na 20 osób), na Stożku na 150 osób), oraz na Turbaczu.

W Tatrach: w Dolinie Chochołowskiej (na 30 osób, klucz w Dworcu Tatrzańskim w Zakopanem), na Hali Gąsienicowej (na 80 osób), na Hali Pysznej (na 30 osób, klucze w Dworcu Tatrzańskim w Zakopanem), na Kalatówkach (na 30 osób), na Łysej Polanie (na 30 osób), nad Morskiem Okiem (na 100 osób), w Roztoce (na 20 osób), przy Pięciu Stawach Polskich (na 80 osób), w Zakopanem dwa, a to Polskiego Tow. Krajoznawczego, ul. Chałubińskiego (na 100 osób), oraz Pol. Tow. Tatrzańskiego, ul .Krupówki 14 (na 100 osób).

Marja Szachówna.



Z drogi na Wysoką. Limby na skraju lasu.

HALLO, HALLO!

Dotychczas, automobilistki brały udział w konkursach automobilowych trojakiego rodzaju: raidach turystycznych, w których w dodatku ograniczono maksimum szybkości, „żeby się kobiety nie pozabijały", w konkursach elegancji, w popisach zręczności. Na tor wyścigowy, do zawodów na szybkość kobiet nie dopuszczano z obawy wypadków.

Wyłom w tej męskiej nad kobietami kurateli zrobiły angielki, „pierwsze sportswomen świata". Na słynnym torze wyścigowym w Brooklands zorganizowany został prawdziwy wyścig szybkości w konkurencji wyłącznie pań. W wyścigu tym panie wykazały tyle umiejętności technicznych, opanowania maszyny oraz walorów natury psychicznej, że obecnie już dyskutowana jest sprawa udziału automobilistek w ogólnych zawodach na szybkość.

Sporty mechaniczne najwięcej zwolenników wśród płci pięknej liczą w Anglji. W kraju tym liczba automobilistek wzrasta z miesiąca na miesiąc, co ważniejsze zaś — szoferki angielskie coraz liczniejszy udział biorą we wszelkiego rodzaju zawodach automobilowych. Jednak rozwój automobilizmu wśród angielek nie wytrzymuje porównania z powodzeniem, jakiem cieszy się motocykl. O rozwoju motocyklizmu świadczy już ten fakt, że w Londynie istnieje specjalny klub motocyklowy pań, liczący ponad tysiąc członkiń.

Motocyklistki organizują własne swoje imprezy sportowe. Przed paroma tygodniami sensacją w Londynie był wyścig szosowy motocyklistek na dystansie 160 klm., w których udział wzięło około 50-ciu zawodniczek!



Angielki organizują zawody na tandemach.

Skończył się wielki międzynarodowy turniej tennisowy w Wimbledon (Anglja), który odgrywa dziś rolę nieoficjalnego turnieju o mistrzostwo świata. Turniej ten rok rocznie sprowadza na świetne korty wimbledońskie najlepsze rakiety świata, dzięki czemu służy jednem z kryterjów dla ustalenia listy najlepszych tennisistów i tennisistek.

W tegorocznym turnieju, jak donosiliśmy w poprzednim numerze, udział wzięły najznakomitsze tennisistki obu półkul ziemi. Do finału doszła Amerykanka, Helena Wills i Hiszpanka Lili de Alvarez. Wygrała pierwsza w dwuch setach: 6:2; 6:3, utrzymując tym sposobem swój tytuł królowej tennisu światowego.

Na podstawie uzyskanych w Wimbledon wyników fachowa prasa angielska ułożyła listę najlepszych ośmiu tennisistek świata. Na pierwszem miejscu jest Helena Wills, 2) Lili de Alvarez, 3) Bennett (Anglja), 4) Ryan (Kalfornja), 5) Bouman (Holandja), 6) Watson (Anglja), 7) Aussem (Niemcy), 8) Jacobs (Ameryka).



Angielki Watson i Saunders, zwyciężyły w grze podwójnej pań w Wimbledon.



Adeptki sportu w Turcji.

Jak widzimy na liście powyższej niema ani jednej tennisistki francuskiej. Zuzanna Lenglen pozostawiła za sobą pustkę...

———o———

W kobiecym lekko-atletycznym turnieju olimpijskim w Amsterdamie do najgroźniejszych konkurentek należeć będą niewątpliwie Niemki. Wskazują na to uzyskane w ostatnich zawodach eliminacyjnych wyniki, z których najważniejsze podajemy:

100 mtr. — Holdmann 12,3 sek., 800 mtr. Batschauer — 2:19,6, sztafeta 4 x 100 mtr. — 50,3 sek., dysk — Mollenhauer 37.68 mtr., skok wdal — Groenevel — 540 cmt., skok wzwyż — Grieme 148 cmt.

Niemniej doskonale zapowiada się reprezentacja Ameryki. Ostatnio w biegu na 100 mtr. osiągnięte zostały zdumiewające wyniki: Robinson — 12 sek., Filkey — 12,2 sek.

———o———

Powszechnie wiadomą jest rzeczą, że o ile młode pokolenia dość szybko nabierają przekonania do komunikacji lotniczej, o tyle przedstawiciele dziewiętnastego wieku stronią od szybkiego biegu sztucznego ptaka.

Notując tę znaną zresztą obserwację, musimy zarazem — na podstawie statystyki stwierdzić zjawisko zgoła dziwne. Wśród pasażerów, rekrutujących się z osób starszego wieku (ponad 40 lat), znacznie więcej jest kobiet aniżeli mężczyzn. Statystyka na linjach lotniczych opiewa nawet, że cyfra pasażerek przewyższa o 100% liczbę pasażerów!

W ostatnich tygodniach sensację wywołała 62-letnia księżna Bedford, która udała się do Indji z Londynu w kabinie samolotu, stanowiącego jej własność. Zapytana o przyczyny dla których podjęła tak długą podróż samolotem pomimo swego podeszłego wieku, księżna de Bedford odpowiedziała: „Wybrałam samolot właśnie dlatego, że liczę aż 62 lata. W tym wieku muszę oszczędzać sobie zmęczenia, jakiego nie uniknęłabym jadąc kilkanaście dni okrętem. Samolot nie daje mi odczuć znużenia dzięki wielkiej szybkości przebywania przestrzeni".

———o———

Ustanowione zostały dwa nowe rekordy światowe w pływaniu, przez pływaczki amerykańskie. Geraghty na 100 mtr. stylem dowolnym — 1 m. 10,6 sek., Marta Norelius — 5 m. 49,6 sek. a 400 mtr.

———o———

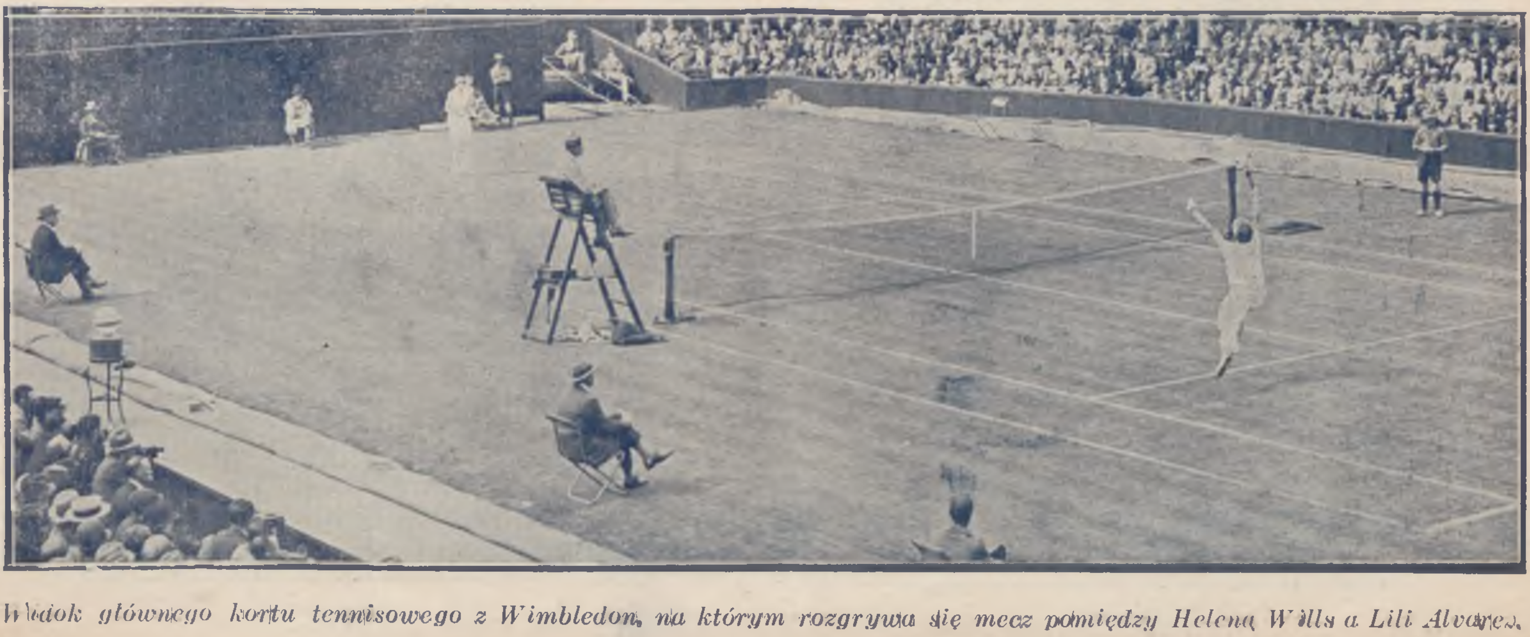
W pierwszych dniach lipca Niemka, Batschauer, ustanowiła nowy rekord światowy w biegu na 800 mtr., uzyskując świetny czas 2 m. 19,8 sek.

———o———

W Poznaniu został zorganizowany pierwszy kobiecy klub wioślarski. Statut został uchwalony. Do Zarządu powołano pp. Hirschbergową (prezeska), Smulkowską, Gawrońską, Fellmanówną, Gromadzińską i Sumińską.

———o———

Lekkoatletka Afryki Południowej Clarce, ustanowiła nowy rekord świata w skoku wzwyż, osiągając wysokość 1 mtr. 60 cm. W Amsterdamie startować będzie w barwach Anglji.



Widok głównego kortu tennisowego z Wimbledon, na którym rozgrywa się mecz pomiędzy Heleną Wills a Lili Alvarez.

WIOŚLARSTWO

W Bydgoszczy, w dniu 8 b. m., na torze regatowym długości 1.200 mtr. odbył się w ramach dorocznych regat o mistrzostwo Polski bieg pań na czwórkach półwyścigowych.

Na starcie stanęły trzy osady: Warsz. Klubu Wioślarek, A. Z. S.'u Warszawa i Bydgoskiego Klubu Wioślarek. Po zaciętej walce osada Warsz. Klubu Wioślarek w połowie toru oddała prowadzenie biegu akademiczkom, na finiszu zaś pozwoliła się minąć wioślarkom bydgoskim, które skończyły bieg na drugiem miejscu za akademiczkami. (Czas osady zwycięskiej — 5 m. 31 sek., osady bydgoskiej — 5 m. 36 sek. Warszawski Klub Wioślarek o pół łodzi wtyle).

Wszystkie trzy osady wykazały dobry poziom techniczny. Pod względem stylu górowała osada Warsz. Klubu Wioślarek.

Należy żałować, że inne kluby, jak Oddział Wiośl. Sokoła Krakowskiego, AZS. - Poznań i t. p. biegu nie obesłały.

LEKKOATLETYKA

PIĘCIOBÓJ O MISTRZOSTWO W. O. Z. L. A.

Pogoda jest dziwnie niełaskawa dla Warszawskiego Okręgowego Związku Lekkoatletycznego. Zarówno Mistrzostwa ogólne, jak i pięciobój odbyły się w dnie pochmurne i chłodne. Mimo to wyniki pięcioboju były bardzo dobre, a nawet niektóre wręcz doskonałe. Organizacja zawodów dobra. Udział zawodniczek wyjątkowo liczny, startowało ogółem 9 pań, reprezentowane były 4 kluby — AZS, Grażyna, Legja i Orzeł. Grażyna, po raz pierwszy w tym sezonie występująca na bieżni — nie licząc zawodów eliminacyjnych — zgłosiła 4 zawodniczki, na których jak zwykle znać pracę z doskonałym trenerem. Brak było Grabickiej i Rafianki — wielostronnie uzdolnionych lekkoatletek, wróciły na widownię Sadkowska i Witkowska, które muszą jeszcze trochę tylko popracować, a wrócą do szeregów pierwszorzędnych zawodniczek. Doskonałym materjałem lekkoatletycznym jest Jankowska; był to jej pierwszy występ na bieżni, bardzo zresztą udatny. Najlepiej powiódł się jej rzut dyskiem, w którym prędko powinna osiągnąć 30 metrów. Na osobnym poziomie wśród Grażynianek stoi Hulanicka — wybitny talent w biegach i skokach. Rzuty ma już znacznie słabsze, zwłaszcza bardzo niski jest jej poziom w dysku.

AZS. zgłosił 3 zawodniczki, wśród których znajdowała się olimpijka Konopacka. I tu zaczęła się dziwna historja. Kierownik zawodów z polecenia p. Wiśniewskiego — kierownika grupy olimpijskiej nie chciał dopuścić Konopackiej do startowania. Rozstrzygnięto wreszcie tę sprawę w ten sposób, iż dopuszczono ją poza konkursem. Jest to zgoła dziwne, gdyż była ona formalnie przez klub zgłoszona po zasięgnięciu informacji u trenera grupy p. Klumberga. Z chwilą zaś gdy trener pozwolił jej na startowanie, zgłosiła swój współudział w zawodach.

Słynną już była historja z Mistrzostwami Okręgowemi, czyżby teraz miało być jej powtórzenie. P. Z. L. A. wówczas spowodował cofnięcie decyzji p. Wiśniewskiego; obecnie decyzja podobna wydana została w ostatniej chwili i prywatnie kierownikowi zawodów. Należy rozpatrzeć, czy na kierowniczem stanowisku grupy olimpijskiej stoi jednostka odpowiednia. Ciągłe nieporozumienia, zatargi i brak faktycznie sumiennej opieki dowodzą czegoś wręcz przeciwnego. Ostatnia historja z pięciobojem jest jeszcze jedną kroplą, obciążającą szalę braku zaufania grupy do kierownika.

Wyniki Konopackiej w pięcioboju były doskonałe. Biegi poprawiła znacznie, skok wdal miała zupełnie dobry, rzuty również. Woynarowska jest dobrą wszechstronną lekkoatletką, jednak po tylu latach startowania mogłaby się wreszcie nauczyć rzucać dyskiem; konkurencja ta psuje jej cały pięciobój, który ma zupełnie niezły.

Chrupczałowska, zawodniczka młoda jeszcze, robi wszystko z nerwem i może dojść do dobrych rezultatów.

Legja zgłosiła tylko jedną zawodniczkę, ale dobrą.— Schabińska jest teraz b. dobra w biegach i ma niezły rzut dyskiem.

Czernow z Orła jest zawodniczką początkującą i wyniki ma jeszcze słabe.

Ze wszystkich konkurencyj na najlepszym poziomie stały biegi i skok wdal. Rzuty były słabe; za wyjątkiem 2—3 zawodniczek reszta miała nikłe o nich pojęcie. Wyniki techniczne były następujące:

skok wdal: Hulanicka 4,71 m., Konopacka—4,53 m., Sadkowska — 4,46 m., Woynarowska — 4,39 m., Witkowska—4,37 m., Schabińska—4,26 m., Jankowska — 4,21 m., Chrupczałowska — 4,01 m. i Czernow — 3,88 m. Witkowska i Woynarowska miały skoki przekroczone ponad 4,50 m. Hulanicka najlepszy miała 3-ci skok, poprzednie około 4,30 m.

Rzut oszczepem: Konopacka — 27,57 m., Woynarowska 26,71 m., Hulanicka — 22,68 m. Schabińska — 21,76 m., Witkowska — 20,90 m., Chrupczałowska — 16,85 m., Czernow — 14,69 m., Jankowska — 14,61 m.

Stylowo ani jedna zawodniczka nie jest opanowana; Konopacka i Woynarowska mają dobry wyrzut, jednak brak im rozbiegu. Mogą po opracowaniu go poprawić znacznie swoje wyniki.

Bieg 60 metrów — zawodniczki biegły serjami po 2. Najlepszą serję stanowiła trójka — Hulanicka, Schabińska i Konopacka.

Wyniki — Hulanicka 8 sek. — **rekord Polski wyrównany.** Schabińska i Woynarowska po 8,4 s., Sadkowska, Jankowska, Chrupczałowska i Konopacka po 8,8 s., Czernow 9,6 s.



Reprezentacyjna osada Warsz. Klubu Wioślarek pod sterem J. Grabickiej.



Dawczyńska z Poznania rokuje nadzieje w płotkach.

Rzut dyskiem: Konopacka—37,93 m., Jankowska—26,18 m., Schabińska — 24,18 m., Woynarowska — 21,67 m., Chrupczałowska — 21,45 m. Witkowska — 21.44 m., Hulanicka — 20,70 m., Sadkowska — 20,03 m., Czernow — 16.88 m.

Konopacka swym doskonałym rzutem wygrała pięciobój, zyskała bowiem w stosunku do najlepszych po niej zawodniczek przeszło 600 pkt. sumę, którą było zbyt trudno odrobić innemi konkurencjami. Dopóki reszta zawodniczek nie poprawi znacznie swych rzutów, będzie ona bezkonkurencyjną w pięcioboju.

Bieg 200 metrów: Woynarowska i Hulanicka po 28,8 s., Schabińska — 29 s., Konopacka — 30 s., Sadkowska — 30,2 s., Witkowska, Chrupczałowska i Jankowska po 30,4 s., Czernow — 32.4 s.

W ogólnej punktacji wygrała Konopacka (poza konkursem) — 3.475,10 punktów.

W konkursie miejsca zajęły: Hulanicka—2.934,43 pkt. Woynarowska — 2.966,45 pkt., Schabińska — 2.799,82 pkt., Witkowska — 2.363,59 pkt., Jankowska — 2.305,67, Sadkowska — 2.295,87 pkt., Chrupczałowska — 2.139,22 pkt. i Czernow — 1.373,04 pkt.

Impreza ta, jak na warszawskie stosunki była wyjątkowo udana i zajmująca. Należało tylko nieco inaczej rozlosować biegi, a byłoby jeszcze więcej emocji. Postęp w porównaniu z rokiem ubiegłym jest ogromny. Mistrzostwa Polski będą nadzwyczaj ciekawe, gdyż siły są równe.

Wu.

[illegible] NA POMORZU.

Sokolskie zawody Okręgu V — bydgoskiego — Dzielnicy Pomorskiej przyniosły następujące wyniki: 60 i 100 mtr. wygrywa Baumgartenówna Sokół IV, w czasie 8,8 s. i 14,8 s. Skok wdal i wzwyż Zamońska 4,25 mtr. i 1,23 m.

Rzut kulą, dyskiem i oszczepem: Donajówna Sokół Żeński 8,36 m., 22,97 m. i 23,30 m. Sztafeta 4x60 Sokół Żeński 36,4 s. (Ziółkiewiczówna, Tykwińska, Sarnowiczówna i Matczyńska).

Mistrzostwa pływackie Pom. O. Z. P. zgromadziły w dniu 29.VI. 1928 r. na starcie w pływalni wojskowej 16 zawodniczek, które uzyskały szereg doskonałych wyników, zwłaszcza p. Spychalska z TKS-u, która pobiła trzy rekordy Pomorza:

100 m. styl dowolny. Spychalska TKS. (Toruń) 1,44 s. (rek).

400 m. styl dow. Orłowska BKS. 11 m. 28 s.

1.500 m. styl. dow. Orłowska BKS. 44 m. 18 s.

200 m. styl klas. Hamulska Bydg. Klub Wioślarek 4 m. 36,2 s.

100 m. na wznak. Lisińska J. TKS. 2 m. 44,2 s,

5x50 mtr. — TKS. czas 4 m. 57,6 s,

4x100 mtr. — TKS. czas 8 m. 15,2 s. (rek.)

Poza konkursem p. Spychalska przepłynęła:

100 m. na wznak w czasie 1 m. 56,4 s. (rek.).

200 m. styl klasyczny w czasie 4 m. 26,6 s.

400 m. styl dowolny w czasie 8 m. 29,4 sek. (rek.).

RÓŻNE

II Ogólnopolski Zlot Harcerek w Rybienku pod Wyszkowem został otwarty w dniu 5.VII. b. r. pod znakiem Zawiszy Czarnego, który jest idealnem uosobieniem cnót harcerskich. Na zlot przybyło około 1.000 dziewcząt z całej Polski, a poza tem 56 z drużyn polskich z zagranicy mianowicie: z Rumunji, Czechosłowacji, Śląska Niemieckiego, Berlina i krajów nadbałtyckich. Przyjechały też skautki z obcych państw: Anglji, Szwecji, oczekiwane są jeszcze z Węgier.

Warto zobaczyć jak pomysłowo i ładnie poszczególne drużyny urządziły swe obozowiska, jak oryginalnie Chorągiew Lwowska przystroiła świetlicę, ile skarbów ma sklepik Śląski, jak funkcjonuje służba łączności, obsługiwana przez Brześć i Wołyń, jak wspaniale zorganizowało Pomorze pocztę, przez którą codziennie przechodzi setki listów, jak podejmuje gości w hoteliku Wilno.

Obóz harcerek zwiedzają tysiące publiczności.

———o———

W dniu 16 b. m. p. Gertruda Skowrońska z Torunia przepłynęła przez Małe Morze, t. zn. z Gdyni na Hel, przestrzeni około 22 klm. w ciągu 12 godzin.

Po przybyciu na Hel wciągnięto Skowrońską na pokład, stojącego na kotwicy statku Żeglugi Polskiej „Gdańsk“, gdzie otoczono ją troskliwą opieką. W czasie pływania towarzyszyła pływaczce łódź, w której znajdował się ojciec i siostra pływaczki, dwóch urzędników urzędu marynarki handlowej, pp. Roppel i Haduch oraz jeden z miejscowych lekarzy.

Zaznaczyć należy, iż p. Skowrońska jest pierwszą osobą, która przepłynęła zatokę pucką. Dotychczas nie dokazał tego żaden mężczyzna.



Breuerówna bronić będzie barw Polski w Amsterdamie.



PŁYWANIE

IŻYCKA,
najlepsza pływaczka polska.

VII ZAWODY PŁYWACKIE O MISTRZOSTWO POLSKI

Mistrzostwa tegoroczne rozegrane w stadjonie pływackim w Królewskiej Hucie 13 — 15 lipca b. r. wykazały w całej pełni, że od roku zeszłego najlepsze postępy w polskim sporcie pływackim poczyniły panie i że ich rekordy są najbardziej wartościowe, jeżeli porównywać je będziemy z wynikami zagranicznemi.

Giszowiec wykazał tym razem w całej okazałości swój wspaniały narybek kobiecy, na którego czele kroczyły tak świetne zawodniczki jak znane od wielu lat Kajzerówna i Fitzówna, i nowa rewelacja Schmidtówna.

Wyniki mistrzostw przedstawiały się jak następuje:

100 m. st. dowolnym. Startowało 8 zawodniczek. Był to bodajże najpiękniejszy wyścig jaki dotąd w polskim sporcie pływackim widziano, wobec niezwykłego wyrównania klasy.

Do nawrotu prowadzi Schmidtówna z Giszowca, nie gorsza w crawlu niż w żabce, za nią Nowakówna, która potem wysuwa się na czoło i prowadzi do 70 m., Iżycka (AZS. Warsz.) trzyma się niedaleko za nią, i na finiszu spurtem, jakiego żadna kobieta w Polsce nie pokazała, wygrywa bezapelacyjnie w czasie 1:33,5 bijąc o całe 4,3 sek. własny niedawno ustanowiony rekord, 2. Nowakówna (AZS. Kr.) 1:36, 3—4 Ex aequo Schmidtówna i Tratowa (AZS. Warsz.), 5. Kajzerówna, 6. Fitzówna.

400 m. st. dowolnym. Wygrywa w pięknym stylu klasycznym Kajzerówna w 7:40, 2. Fitzówna, 3. Schmidtówna, 4. Tratowa, 5 Iżycka, 6. Feilgutówna.

1500 m. st. dow. Kajzerówna płynie tylko po to, by poprawić rekord Tratowej na 500 m. co jej się udaje w pełni, skoro uzyskała czas 10:05,4. Czas ten jest jednocześnie rekordem w stylu klasycznym. Po 500 m. wychodzi z wody. Fitzówna, która była tuż za nią, prowadzi dalej, bijąc kolejno wszystkie rekordy Tratowej aż do 1500 m. (1000 m. w 22:31). Czas jej na mecie wynosi 30:46,1, a więc rekord pobity został o 45 sek., rekord zeszłoroczny zaś o 1:45! — 2. Schmidtówna, Gisz. 31,20,8, również poniżej rekordu, 3. Tratowa, 32:09,2, 4. Schreiberówna, Makkabi Kraków, 35:24.

100 m. nawznak. Nowakówna, górująca nad wszystkiemi współzawodniczkami zarówno stylem — nieskazitelnym niemal crawlem plecowym — jak i treningiem, znalazła konkurentkę jedynie w żelaznej Kajzerównie, która przestarzałym stylem oburęcznym dotrzymywała tamtej kroku. Wygrywa Nowakówna w 1:47,02 2. Kajzerówna 1:47,8, 3. Czoppówna, (Giszowiec) 1.55,6.

200 m. stylem klas. Tutaj odbył się dramat. Niewątpliwa mistrzyni, Kajzerówna, wskutek nieuwagi zostaje na starcie, wyobraża sobie, że bieg będzie zatrzymany, i nie może zdecydować się na płynięcie. Po namyśle — trwającym okrągłe 13 sekund — wpada do wody i morderczem tempem dochodzi wkrótce współzawodniczki stopniowo mija wszystkie z wyjątkiem doskonałej Fitzówny. Fitzówna zwycięża, i mimo oglądania się po starcie, ma świetny czas 3:42, bliski rekordu. Kajzerówna kończy w 3:46. Jeżeli od tego odejmiemy 13 sekund straconych, mamy wynik 3:33, a więc o 2 sek. lepiej od minimum olimpijskiego!

Jak było do przewidzenia, Kajzerówna była jedyną z pośród pływaków polskich, która minimum to zdołała zdobyć.

W skokach z trampoliny startowały dwie zawodniczki: Schlesingerówna z Cracovii, o nadzwyczajnych warunkach wrodzonych, która posiada już śliczne odbicie, niezłe ewolucje, ale której brak jest wykończenia skoku, dobrego i pewnego wejścia do wody, a nadewszystko ma jeszcze repertuar niebogaty. Lindnerówna z Giszowca warunków tych nie posiada, i skoki jej robią raczej wrażenie ofiarnego bicia się o wodę dla zdobywania punktów dla klubu. Zwycięstwo zasłużone Schlesingerówny ujęte został w cyfrze miejsc i liczbie punktów 47,54 przy cyfrze miejsc 10 i punktach 37,42 Lindnerówny.

Na 4 x 100 m. Giszowiec bez Kajzerówny, w składzie Fitzówna, Zakrzewska, Czoppówna, Schmidtówna bije bez konkurencji rekord Polski osiągając 7:03.9

Na 5 x 50 m. Giszowiec w podobnym składzie z dodaniem Kajzerówny zwycięża również bezkonkurencyjnie, przysądzając sobie zpowrotem rekord polski w czasie 3:52,0. Za nim przybywają do mety 2.



Sztafeta A. Z. S'u 4x100 ustanowiła nowy rekord polski.

KONKURS NA WYTRWAŁOŚĆ

Zamieszczamy trzecie z kolei zadanie z liczby pięciu wyznaczonych na konkurs. Składa się ono z dwóch zadań pomniejszych, przytem za oba rozwiązane trafnie zadania liczyć będziemy punktów 15.

Termin nadsyłania odpowiedzi upływa z dniem 30 sierpnia b. r. — Rozwiązanie wraz z załączonym kuponem Nr. 3 przesyłać należy pod adresem: „Start“ — Warszawa, Górnośląska 20. — Konkurs na wytrwałość.

ZADANIE Nr. 3. WIRÓWKI.

Umieścić w polach lewego koła samochodu pięć słów czteroliterowych, oznaczających:

1) środkowe kółko utworzone z wewnętrznych liter czterech kółek, zawiera nazwę firmy samochodowej.
2) (lewe kółko). Przyrząd sportowy;
3) (górne kółko). Firma samochodowa.
4) (prawe kółko). Część samochodowa.
5) (dolne kółko). Zawody automobilowe.

Każde słowo rozpoczyna się od pola oznaczonego strzałką i czyta się w kierunku wskazówki zegarowej aż do punktu wyjścia.

W miejscach przecięcia słowa mają wspólne litery.

Słowa, które należy umieścić w kółkach, składają się z następujących liter: 2 a; 2 d; 1 f; 2 i; 2 k; 1 ł; 2 o; 1 r; 1 s; 1 t; 1 y.

Umieścić w polach prawego koła samochodu pięć słów czteroliterowych, oznaczających:

1) Samochód.
2) Tennisista amerykański.
3) Instytucja piłki nożnej.
4) Organizacja sportowa.
5) Styl pływacki.

Słowa, które należy umieścić w kółkach składają się z następujących liter: 1 a; 1 b; 1 g; 1 i; 1 k; 4 l; 1 o; 1 s; 3 t; 1 u; 1 y.

Sposób rozwiązania tej wirówki jest taki sam, jak poprzedniej.

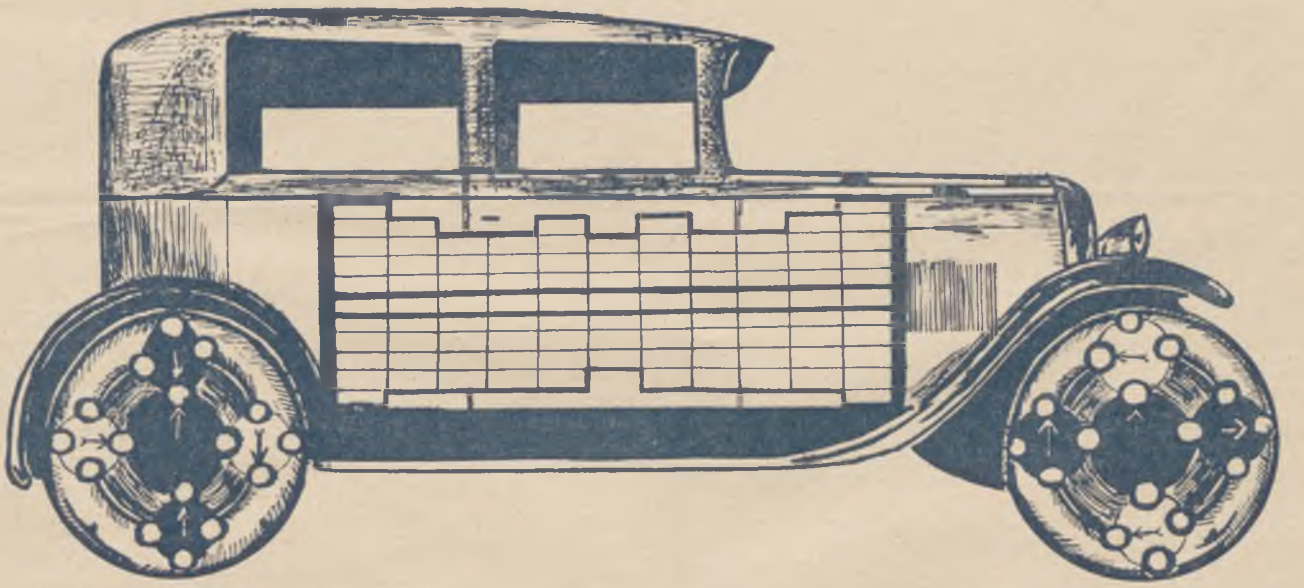
„KONKURS NA WYTRWAŁOŚĆ“

Kupon № 3

Zagadkowe auto

Imię i nazwisko ....

Adres ....



KOBIECY FUNDUSZ OLIMPIJSKI

Podana w ostatnim numerze „Startu“ wysokość zebranej sumy przez czytelniczki nasze na rzecz Kobiecego Funduszu Olimpijskiego w kwocie zł. 689.30 podniosła się w ostatnich tygodniach dzięki nadesłaniu przez Koło Sportowe Państw. Gimnazjum Żeńskiego w Nowej Wsi sumy zł. 10.—, za złożenie której miłym ofiarodawczyniom składamy na tem miejscu podziękowanie.

W dniu 10 b. m. przekazaliśmy więc Polskiemu Komitetowi Olimpijskiemu **zł. 699.30 gr.**, zamykając ostatecznie akcję naszą, na rzecz pomienionej wyżej zbiórki olimpijskiej.

Dla wiadomości czytelniczek naszych zamieszczamy poniżej list, jaki nadesłany został nam przez Polski Komitet Olimpijski:

2010/28

14 lipca

Do Redakcji Dwutygodnika „START“ w miejscu

Polski Komitet Olimpijski potwierdza niniejszym odbiór sumy **zł. 699.30 gr.** wpłaconej przez Redakcję „STARTU“ na rzecz kobiecego funduszu olimpijskiego.

Suma powyższa, zebrana przez Redakcję pośród czytelniczek pisma, przyczyni się do zrealizowania zamierzeń Polskiego Komitetu Olimpijskiego, służąc ponadto widomym dowodem szczerego zainteresowania dla idei olimpijskiej ze strony sportowych sfer kobiecych.

Za podjęcie i przeprowadzenie inicjatywy zbiórki, Polski Komitet Olimpijski wyraża niniejszym Redakcji „STARTU“ serdeczne podziękowanie.

Przewodniczący Komisji Olimp.

W. Znajdowski.

IGRZYSKA OLIMPIJSKIE

Obok Stanów Zjednoczonych Ameryki Północnej — najpoważniej chyba do wystąpienia olimpijskiego przygotowują się Niemcy. Z jednej strony szykują one całą armję zawodników, między którymi nie brak nazwisk już obecnie o wszechświatowej sławie, z drugiej zaś strony, korzystając z bliskości Amsterdamu, zamierzają skierować na trybuny drugą armję — dziesiątki tysięcy niemieckich widzów. Już obecnie, chociaż do rozpoczęcia Igrzysk jest jeszcze daleko — Niemcy zamówili 20.000 miejsc w stadjonie Amsterdamskim, płacąc z góry gotówką za to zamówienie. Ten tłum niemieckiej publiczności, bynajmniej nie rozpłynie się i nie zniknie w różnojęzycznej powodzi gości olimpijskich, gdyż według planów niemieckich ma w stadjonie lokować się na pewnym określonym odcinku trybun, w mieście zaś ma tworzyć oddzielną kolonję niemiecką, zgrupowaną koło kwater zawodników.

Zawodnicy więc niemieccy będą się czuli w Amsterdamie, jak u siebie w domu, w mieście otaczać ich będzie tłum współrodaków, w stadjonie zawodnik niemiecki będzie miał swoją publiczność, skąd w chwilach gorącej walki usłyszy potężny chór okrzyków, nawołujących do wytrwania i zwycięstwa.

Ofiarności publicznej oraz zrozumieniu potrzeb sportu długi jeszcze czas uczyć się możemy od naszych sąsiadów. Niemcy, które od czasu wielkiej wojny, pierwszy raz dopuszczone zostały do Igrzysk Olimpijskich, zebrały w drodze składek prywatnych 80.000 marek na cele ekspedycji amsterdamskiej, zaś niemieckie związki sportowe zgromadziły na ten cel przeszło 100.000 marek. Rzecz naturalna, że zbiórka ta nie pokrywa wszystkich wydatków na Olimpjadę, które już dotychczas dosięgły sumy 300.000 marek, lecz zainteresowanie, jakie budzą Igrzyska w Niemczech, oraz subsydja rządowe gwarantują całkowite finansowe powodzenie wyprawy Niemców do Amsterdamu.

Rzecz charakterystyczna, że świat sportowy, związki i kluby, które w Polsce reagują na zbiórkę olimpijską bardzo słabo — dały w Niemczech sumę większą od składek osób prywatnych.

OPIEKA LEKARSKA NAD SPORTEM.

W ciągu lata wyjdzie z druku „Instrukcja Badania Zdolności Fizycznej w wychow. fizycznem i sporcie", przeznaczona w pierwszej linji dla Poradni Sportowo - Lekarskich oraz dla lekarzy czynnych w Klubach i Tow. sportowych.

Instrukcja została opracowana przy współudziale Rady Naukowej W. F. i zatwierdzona przez Państwowy Urząd Wychowania Fizycznegi i Przysposobienia Wojskowego. Definitywnie wchodzi ona w życie w dniu 15 września b. r. i będzie realizowana w pierwszej linji przez Poradnie Sportowo - Lekarskie, które będą częściowo już w tym roku uruchomione przy ośrodkach w. f.

Zainteresowanie tą instrukcją lekarzy oraz sfer sportowych i wych. fiz. przyczyni się do starannej obserwacji organizmu zawodników i ćwiczących, a tem samem do podniesienia racjonalnych zasad zaprawy sportowej.

Sportowo - Lekarskie Poradnie będą czynne od 1 Września b. r. w Warszawie przy Szkole Sanitarnej.

Przy Ośrodkach W. F.: w Katowicach, w Krakowie, we Lwowie, w Poznaniu, w Wilnie, w Łodzi i będą wyposażone we wszystkie instrumenty pomiarowe oraz druki (karty badań).

CENY OGŁOSZEŃ:

Jednorazowo: 1/1 kolumny — zł. 200; ½ kol. — zł. 100; ¼ kol. — zł. 60; ⅛ kol. zł.35 ; 1/16 kol. — zł. 20.

Przy ogłoszeniach wielokrotnych (poczynając od 6-ciokrotnego) — ceny ogłoszeń o 20% niższe.

Adres Redakcji i Administracji: Warszawa, Górnośląska Nr. 20 m. 7. Tel. 401-24. Konto P. K. O. 14558.

Redaktorka „Startu" przyjmuje interesantów w poniedziałki i czwartki w godzinach od 12—2 po południu.

Cena prenumeraty: w Warszawie (z odniesieniem do domu) i na prowincji (z przesyłką pocztową) miesięcznie 1 złoty, — kwartalnie 2 zł. 70 gr. Zagranicą: w Austrji, Czechosłowacji i Węgrzech — jak w obrocie wewnętrznym; w innych krajach — miesięcznie 1 złoty 25 gr., — kwartalnie 3 złote 50 gr.

Wydawca E. Grocholska. Druk. „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148. Redaktorka: K. Muszałówna